

## بررسی سهم هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله‌ای در پیش‌بینی رضایت زناشویی زنان خانه‌دار و شاغل منطقه ۷ شهر تهران

شهرزاد پاکزاد<sup>۱</sup>

سیمین دخت رضاخانی<sup>۲</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی سهم هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله‌ای در پیش‌بینی رضایت زناشویی زنان خانه‌دار و شاغل منطقه ۷ شهر تهران انجام شد. برای این منظور ۳۰۰ نفر از زنان متأهل خانه‌دار و شاغل این منطقه به صورت داوطلبانه انتخاب و با پرسشنامه‌های هوش هیجانی سالووی، پرسشنامه شادکامی آکسفورد، پرسشنامه راهبردهای کنار آمدن با استرس و پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ فرم کوتاه مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج رگرسیون چند متغیری گام به گام نشان داد که بین هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله‌ای با رضایت زناشویی زنان شاغل و خانه‌دار ارتباط مستقیم و معناداری وجود دارد. بین توجه هیجانی و تمایز هیجانی زنان خانه‌دار و تمایز هیجانی و بازسازی خلق زنان شاغل با رضایت زناشویی آنان رابطه معنادار مشاهده شد. اما مؤلفه بازسازی خلق در زنان خانه‌دار و توجه هیجانی در زنان شاغل با رضایت زناشویی آنان رابطه معناداری نشان نداد. همچنین بین شادکامی و رضایت زناشویی و راهبردهای مقابله‌ای و رضایت زناشویی زنان خانه‌دار رابطه معناداری مشاهده نشد. یافته‌ها حاکی از وجود رابطه معنادار بین شادکامی و رضایت زناشویی زنان شاغل بود. همچنین از بین راهبردهای مقابله‌ای فقط راهبرد مسأله‌مدار با رضایت زناشویی زنان شاغل رابطه معناداری نشان داد.

**واژگان کلیدی:** هوش هیجانی، شادکامی، راهبردهای مقابله‌ای، رضایت زناشویی.

۱- کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن (نویسنده مسوول) shpakzad86@gmail.com

۲- استاد یار دانشگاه آزاد اسلامی واحد روهن، گروه مشاوره رودهن rezakhani\_sd@yahoo.com

## ۱. مقدمه

رضایت زناشویی<sup>۱</sup> یکی از مهمترین تعیین کننده های عملکرد سالم نهاد خانواده است. رضایت زناشویی مفهومی گسترده و چند بعدی است که عوامل مختلفی در آن دخیل و تأثیرگذار است. این مفهوم، بخش وسیعی از پژوهش های منتشر شده در زمینه زناشویی را به خود اختصاص داده است (کدیر، دسیلوا، پرنس و خان<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵). احساس رضایت زوج ها از ازدواج و رابطه زناشویی نقش مهمی را در میزان کارکردهای بهنجار خانواده ایفاء می کند. باوجود چالش هایی که بر سر معنای سنجش رضایت زناشویی وجود دارد، اصطلاح رضایت زناشویی با اصطلاحات دیگر، نظیر سازگاری، شادکامی و به عنوان شاخصی برای بررسی کیفیت زندگی زناشویی به طور جایگزین به کار رفته است (برچید و ریگان<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ فینچام، هال و بیچ<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). در واقع رضایت زناشویی نگرشی مثبت و لذت بخش است که زن و شوهر از جنبه های مختلف روابط زناشویی دارند (سلیمانیان، ۱۳۷۶).

در سال های اخیر با گسترش روانشناسی مثبت نگر مطالعه شادکامی محور اساسی پژوهش های این حیطه بوده است. اهمیت نقش شادی در بهداشت روانی، سلامت جسمانی، کارآمدی، بهره وری و مشارکت های اجتماعی موجب افزایش توجه محققان حوزه های روانشناسی، علوم زیستی و علوم اجتماعی به عوامل مؤثر بر شادی شده است (نشاط دوست، مهربابی، کلاتری، پالاهنگ و سلطانی، ۱۳۸۶). پژوهش در مورد عوامل مؤثر بر شادمانی در دهه ۱۹۸۰ تا آنجا پیش رفت که کاستا و مک کرا<sup>۵</sup> مدعی کشف ژن شادی شدند. این دو روانشناس شادمانی را عمدتاً به برون گرایی و ثبات هیجانی مربوط ساختند (آیزنک<sup>۶</sup>، ۱۹۹۰، به نقل از میرشاه جعفری، عابدی و دریکوندی، ۱۳۸۱). با این حال، خانواده و رابطه زوجی هم از این پژوهش ها بی نصیب نبوده اند به طوری که کار<sup>۷</sup> (۱۹۵۷)، ترجمه شریفی، نجفی زند و ثنایی، ۱۳۸۵) اشاره می کند شواهدی در تأیید این دیدگاه وجود دارد که نشان می دهد افراد شادتر از ازدواج رضایتمندی برخوردار هستند. آرگایل، مارتین و لو<sup>۸</sup> (۱۹۹۵) شادکامی را هیجانی مثبت همراه با رضایت از زندگی و نبود هیجانات منفی از جمله افسردگی و اضطراب تعریف کرده اند (آرگایل، ۱۹۸۷، ترجمه گوهری انارکی، نشاط دوست، پالاهنگ و بهرامی، ۱۳۸۶). توکر<sup>۹</sup> (۱۹۹۸) معتقد است که افراد شادکام وقایع زندگی و مشکلات را به صورت مطلوب تری مورد تفسیر قرار می دهند و رویارویی مؤثری دارند. از نظر ریان<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۱) این افراد موقعیت ها را به شکل مثبت تری در می آورند و کمتر به صورت منفی واکنش نشان می دهند و از سلامت روان بیشتری برخوردارند. نظریه های مقابله بیانگر آن است که افراد شادکام، افکار و رفتارهایی دارند که سازگار و کمک کننده است، با دید روشنی به امور می نگرند، به طور مستقیم برای حل مسایل خود کوشش می کنند، به موقع از دیگران کمک می طلبند؛ و از طرف دیگر افراد غیر شادکام به طور مخرب فکر و عمل کرده و در خیالات خود فرو می روند و خود و دیگران را سرزنش می کنند و از کار کردن جهت حل مشکلات اجتناب می ورزند (مک کرا و کاستا<sup>۱۱</sup>، ۱۹۸۶، به نقل از یزدانی، ۱۳۸۲). یکی از عناصر مهم دیگر که در روابط زوج ها و

1.marital satisfaction

2.Qadir, Desilva,Prince &amp; Khan

3.Berscheid &amp; Regan

4.Fincham, Hall &amp; Beach

5.Costa &amp; MacCrae

6.Eysenck

7.Carr

8.Argyle, Martin &amp; Lu

9.Tuker

10.Ryan

11.Maccra &amp; Costa

نوع تعاملات آن‌ها با یکدیگر تأثیرگذار است؛ هیجان‌ها و رفتارهای هیجانی و چگونگی ابراز این هیجان‌ها است. برخی تحقیقات نشان می‌دهند که ابراز هیجان‌ها در تعاملات زوج‌ها و کیفیت ازدواج و پایداری آن مؤثر است (فام<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷). اینکه افراد چگونه هیجان‌های خود را بشناسند و آن‌ها را کنترل کنند مقوله‌ای است که محققان از آن تحت عنوان هوش هیجانی نام می‌برند (اشرفی، ۱۳۹۰). هوش هیجانی، توانایی پردازش اطلاعات هیجانی شامل درک، فهم و مدیریت هیجانی است. به بیان دیگر، هوش هیجانی ظرفیت و توانایی خلق نتایج مثبت در روابط خود و دیگران است (مایر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۷، به نقل از اکبرزاده، ۱۳۸۳). بر اساس برخی از مطالعات، مؤلفه‌های هوش هیجانی یک پیش‌بین عمده برای شاخص رضایت از زندگی و عملکرد بین فردی محسوب می‌شوند (اکسترمررا و فرناندز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵). فیتنس<sup>۴</sup> (۲۰۰۱) معتقد است که سازه هوش هیجانی، یا لاقول برخی از جنبه‌های آن ظرفیت غنی‌سازی یک ازدواج توأم با سازگاری و رضایت مطلوب و با ثبات را داراست. آنان بر این باورند که توانایی درک، پذیرش افکار، احساسات و عواطف یکدیگر در زندگی زناشویی، با احساس رضامندی بیشتری همراه است. همچنین اشخاصی که از سطوح هوش هیجانی بالاتری برخوردارند در مقایسه با افراد با هوش هیجانی پایین، رضامندی زناشویی بیشتری را تجربه می‌کنند (کار، ۱۹۵۷، ترجمه شریفی و همکاران، ۱۳۸۵). به نظر می‌رسد چگونگی به کار بردن راهبردهای مقابله‌ای در برابر استرس و فشارهای زندگی نیز می‌تواند در میزان رضایت زناشویی تأثیرگذار باشد. به طوری که در این باره لازاروس و فولکمن<sup>۵</sup> (۱۹۸۴) تأکید داشتند وقتی فرد با حادثه استرس‌آوری مواجه می‌شود در واقع با دو منبع روبه‌روست، موقعیت استرس‌زا و واکنش فرد به این موقعیتها؛ لذا چگونگی مقابله فرد با مشکلات می‌تواند از شدت و فراوانی استرس مهم‌تر باشد. همچنین افراد در مقابله با استرس به شکل‌های گوناگونی واکنش نشان می‌دهند و به کارگیری شیوه‌های مقابله مختلف اثرات متفاوتی بر سلامت روانی افراد دارد (خدایاری فرد و پرنده، ۱۳۸۶). مقابله مؤثر اغلب نقشی محوری در هوش هیجانی<sup>۶</sup> دارد. سالووی، بیدل، دتویلر و مایر<sup>۷</sup> (۱۹۹۹) مدعی‌اند که افراد با هوش هیجانی بالاتر به گونه‌ای موفق‌تر مقابله می‌کنند؛ چرا که آن‌ها به گونه‌ای دقیق حالات هیجانی‌شان را ادراک و ارزیابی می‌کنند، می‌دانند چه وقت احساساتشان را ابراز کنند و به شیوه مؤثرتری می‌توانند حالات خلقی خود را تنظیم کنند (نورعلی و عابدین، ۱۳۹۰). سالووی و همکاران (۱۹۹۹) بر این باورند که بین هوش هیجانی و قدرت مقابله با موقعیت‌های مخاطره‌آمیز رابطه مثبت وجود دارد. مایر و سالووی (۲۰۰۰) اظهار داشتند، کسانی که از هوش هیجانی برخوردارند، می‌توانند عواطف خود و دیگران را کنترل کرده، بین پیامدهای مثبت و منفی عواطف تمایز گذارند و از اطلاعات عاطفی برای راهنمایی فرایند تفکر و اقدام‌های شخصی استفاده کنند. هر گاه افراد تعهد لازم به یکدیگر را نداشته باشند، شناسایی و مدیریت احساسات خود و دیگران، یعنی توجه را از دست می‌دهند ماحصل این فرآیند، کاهش آستانه تحمل، افزایش پرخاشگری و تمامی چیزهایی است که می‌تواند موجب تنش‌های زناشویی شود (شمسایی، نیک‌خواه و جدیدی، ۲۰۰۷). به نظر می‌رسد کیفیت روابط زناشویی بر همه ابعاد کارکرد خانواده از جمله پایداری، تداوم، حمایت از فرزندان و شادکامی زوج‌ها تأثیرگذار است (ویلکوکس و نوک<sup>۸</sup>، ۲۰۰۶؛ پتن<sup>۹</sup>، ۲۰۰۰).

1.Fam

2.Meyer

3.Extremera &amp; Fernandez

4.Fitness

5.Lazarous &amp; Folkman

6.emotional intelligence

7.Salovey, Bedell, Detweiller, &amp; Mayer

8.Wilcox &amp; Nock

9.Patten

استیونسن و ولفرس<sup>۱</sup> (۲۰۰۹) معتقدند که تعدد نقش زنان چه در خانواده و چه در قالب فرصت های شغلی و اجتماعی در دنیای صنعتی امروز، سبب ساز کاهش شادکامی آن ها در مقایسه با مردان شده است. علاوه بر این عوامل فرهنگی و اجتماعی موجب شده است در تمامی جوامع، زنان در مقایسه با مردان با نابرابری های جنسیتی، نابرابری های شغلی و تهدید های اجتماعی بیشتری مواجه شوند و به لحاظ بهزیستی و تجربه شادکامی آسیب پذیرتر شوند. اشتغال زن در فعالیت های اقتصادی خارج از چهارچوب خانواده، در طی چند دهه گذشته، به ویژه در جوامع شهری تدریجاً اهمیت یافته و مسائلی را در زمینه رضایتمندی از زندگی زناشویی مطرح کرده است. از جمله این مسائل می توان به تعدد نقش و فشارهای روانی حاصل از آن اشاره کرد (شعرباف و حسینیان، ۱۳۷۹). برخی تحقیقات نشان دادند که تغییرات حاصل از کارکردن زن در خانواده ساختار آن را به شکلی تغییر می دهد که شادکامی<sup>۲</sup> زناشویی کاهش می یابد. البته برخی تحقیقات بعدی پژوهشگران در این زمینه نتایج کاملاً متفاوت یعنی رضایت و شادکامی زناشویی بالا را گزارش دادند (لانگ و یانگ<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷، به نقل از بوستانی پور، ۱۳۸۶). بر همین اساس و با توجه به اینکه نقش زنان در تربیت فرزندان، ایجاد آرامش در فضای خانواده و حضور آنان در اجتماع انکارناپذیر است، به نظر می رسد توجه به رضایت، شادی و استفاده از راهبردهای مقابله ای مناسب و کارآمد زنان و در نتیجه سلامت روان آنان و بازتاب اجتناب ناپذیر این موارد در خانواده و جامعه از ضرورت خاص برخوردار باشد. پژوهش حاضر تلاش می کند تا سهم هر یک از متغیرهای مذکور را در میزان رضایت زناشویی زنان خانه دار و شاغل منطقه ۷ تهران پیش بینی کند تا شاید از این طریق بتوان متخصصان را در برنامه ریزی های دقیق و مناسب برای افزایش هر یک از متغیرها و در نتیجه افزایش سلامت روان زنان یاری داد که این امر به احتمال زیاد می تواند در سلامت روان خانواده و جامعه و استحکام و پایداری کانون خانواده مؤثر باشد. با توجه به مطالب بالا، پژوهش حاضر در پی پاسخ به این پرسش است که متغیرهای هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله ای تا چه اندازه می توانند رضایت زناشویی زنان خانه دار و شاغل منطقه ۷ شهر تهران را پیش بینی کنند. همچنین شادکامی و هر یک از مؤلفه های هوش هیجانی (توجه، تمایز و بازسازی) مؤلفه های راهبردهای مقابله ای (مسأله مدار، هیجان مدار و اجتناب مدار) چه سهمی از رضایت زناشویی زنان خانه دار و شاغل را پیش بینی می کند؟

### سؤالات

متغیرهای هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله ای به طور مشترک تا چه اندازه رضایت زناشویی زنان خانه دار و شاغل را پیش بینی می کنند؟

هر یک از مؤلفه های هوش هیجانی (توجه، تمایز و بازسازی) چه سهمی از رضایت زناشویی در زنان خانه دار را پیش بینی می کند؟

هر یک از مؤلفه های هوش هیجانی (توجه، تمایز و بازسازی) چه سهمی از رضایت زناشویی در زنان شاغل را پیش بینی می کند؟

شادکامی چه سهمی از رضایت زناشویی در زنان خانه دار را پیش بینی می کند؟

شادکامی چه سهمی از رضایت زناشویی در زنان شاغل را پیش بینی می کند؟

هر یک از مؤلفه های راهبردهای مقابله ای (مسأله مدار، هیجان مدار و اجتناب مدار) چه سهمی از رضایت زناشویی در زنان خانه دار را پیش بینی می کند؟

1.Stevenson & Wolfers  
2.satisfaction happiness  
3.Long & Young

هر یک از مؤلفه‌های راهبردهای مقابله‌ای (مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتناب‌مدار) چه سهمی از رضایت زناشویی در زنان شاغل را پیش‌بینی می‌کند؟

## ۲. روش پژوهش

این پژوهش از نوع پژوهش‌های همبستگی و پیش‌بین است که در آن رابطه درونی چند متغیر مورد بررسی قرار می‌گیرد. جامعه آماری در این پژوهش شامل زنان متأهل شاغل در مؤسسات (نهادهای) دولتی و زنان متأهل خانه‌دار منطقه ۷ شهر تهران است. برای این منظور زنان متأهل شاغل در نواحی مختلف شهرداری منطقه ۷ تهران و زنان متأهل خانه‌دار مراجعه‌کننده به خانه‌های سلامت این منطقه در محدوده زمانی ۳ ماهه، از اول مرداد تا پایان مهر سال ۹۳، که حداقل دو سال از ازدواج آنان گذشته است و سطح تحصیلات آنان از سوم راهنمایی تا لیسانس است (در هر دو مورد زنان شاغل و خانه‌دار) در نظر گرفته شد. با توجه به سؤالات و روش پژوهش که از نوع همبستگی است و با استناد به نظر هویت و کرامر (۲۰۰۴)، ترجمه پاشا شریفی، نجفی زند، احقر، میرهاشمی، دوکانه‌ای فرد و شریفی، (۱۳۸۹) مبنی بر انتخاب ۴۰-۲۰ نفر برای هر متغیر و با توجه به اینکه پژوهش حاضر دارای هفت متغیر (شادگامی، ۳ خرده‌مقیاس هوش هیجانی و ۳ خرده‌مقیاس راهبردهای مقابله‌ای) است. نمونه‌انتخابی ۲۸۰ نفر برآورد شد که با احتمال افت به ۳۰۰ نفر افزایش پیدا کرد. از این تعداد ۱۵۰ نفر زن شاغل و ۱۵۰ نفر زن خانه‌دار به طور تصادفی انتخاب شدند. روش نمونه‌گیری به صورت داوطلبانه<sup>۱</sup> انجام شده است. به این ترتیب که از بین ۵ ناحیه شهرداری و ۱۷ خانه سلامت منطقه ۷ تهران، ۳ ناحیه شهرداری و ۱۱ خانه سلامت انتخاب شد. در شهرداری‌ها و خانه‌های سلامت انتخاب شده اطلاع‌رسانی صورت گرفت (شرایط ورود به آزمون، تأهل، مدت ازدواج حداقل ۲ سال و سطح تحصیلات از سوم راهنمایی تا لیسانس). پس از جلب موافقت مسئولان نواحی شهرداری و خانه‌های سلامت مورد نظر، از افراد واجد شرایط ثبت نام شده دعوت به عمل آمد مجدداً شرایط ورود به آزمون بررسی شد و افرادی که حتی یکی از شرایط لازم را نداشتند از نمونه حذف شدند که این تعداد قابل توجه نبود و از بین افراد واجد شرایط ۳۰۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند.

### ۱-۲- ابزار اندازه‌گیری

#### الف. پرسشنامه هوش هیجانی سالووی

این پرسشنامه توسط مایر و سالووی در سال ۱۹۹۵ ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۳۰ گویه پنج‌گزینه‌ای (کاملاً مخالف، تا حدی مخالف، نه موافق و نه مخالف، تا حدی موافق و کاملاً موافق) است که برای اجرای آن از آزمودنی خواسته می‌شود که با پاسخ به آن‌ها احساس، طرز تفکر و نحوه رفتارشان را در موقعیتها و زمان‌های مختلف توصیف کند. سالووی و همکاران (۲۰۰۰) در سه مطالعه پیاپی ضریب آلفای قابل‌قبولی را برای سه خرده‌مقیاس این آزمون به دست آوردند. ضریب آلفای بخش توجه هیجانی به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۶۷، ۰/۸۲ و در بخش تمایز هیجانی ۰/۸۶، ۰/۸۸ و ۰/۷۴ و بخش بازسازی خلق ۰/۸۴، ۰/۶۴، ۰/۸۵ بود. در یک مطالعه بین‌فرهنگی ضریب آلفای توجه تمایز و بازسازی در نمونه ایرانی به ترتیب، ۰/۷۳، ۰/۶۵، ۰/۶۲ و در نمونه آمریکایی، ۰/۷۵، ۰/۸۵، ۰/۸۳ بود (قربانی، ۱۳۷۹). عروتی موفق (۱۳۸۳) ضریب آلفای ۰/۷۷ برای توجه، ۰/۵۷ برای تمایز و ۰/۷۶ برای بازسازی خلقی را بر روی ۲۵۰۰ نفر از دانشجویان پسر و دختر مقطع کارشناسی دانشگاه‌های تهران به دست آورد (به نقل از سلیمانیان و محمدی، ۱۳۸۸).

1. sampling volunteer

همچنین در پژوهش اسپینوزا، سانچز، رامیرز و سائز<sup>۱</sup> (۲۰۱۵) گزارش شده است که روایی سازه این پرسشنامه در مجموع ۵۶/۵ درصد از کل واریانس را تبیین می کند. میکاییلی (۱۳۸۷) نیز در تحلیل عاملی اکتشافی، بارهای عاملی این پرسشنامه را برای تمایز ۰/۷۵ بازسازی ۰/۸۷ و توجه ۰/۱۰ گزارش کرده است.

#### ب. پرسشنامه شادکامی آکسفورد

آزمون شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده است و میزان شادکامی فردی را می سنجد. پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرگایل و کراسلند از شادکامی است. این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط مایکل آرگایل و بر اساس پرسشنامه افسردگی بک (۱۹۷۶) ساخته شده است. ۲۱ عبارت از عبارات این پرسشنامه از پرسشنامه افسردگی بک گرفته شده و معکوس گردیده و یازده پرسش به آن اضافه شده است تا سایر جنبه های سلامت ذهنی را پوشش دهد. مانند آزمون افسردگی بک هر گویه پرسشنامه شادکامی دارای چهار گزینه است که آزمودنی باید بر طبق وضعیت فعلی خودش یکی از آنها را انتخاب نماید.

هیل و ارگایل (۲۰۰۲) در پژوهشی به بررسی پرسشنامه شادکامی آکسفورد به منظور اندازه گیری سلامت روان با جامعه آماری ۶۶ زن و ۹۹ مرد با میانگین سنی ۳۹/۹ پرداختند که میزان آلفای درونی ۰/۹۲ گزارش شده است. همچنین روایی سازه آن در مجموع ۶۴/۳ درصد از کل واریانس را تبیین می کند. علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) در پژوهشی به بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان کارشناسی دانشگاه های تهران (علامه طباطبایی و شاهد) با جامعه آماری ۶۲ زن و ۳۹ مرد با میانگین سنی ۲۲/۵ پرداختند که میزان همسانی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۹۳ و پایایی به روش دو نیمه کردن آزمون ۰/۹۲ گزارش شده است. همچنین پایایی بازآزمایی پرسشنامه پس از ۳ هفته (n=25) ۰/۷۹ به دست آمد. روایی سازه آن در مجموع ۵۷/۱ درصد از کل واریانس را تبیین می کند.

#### ج. پرسشنامه راهبردهای کنار آمدن با استرس

این پرسشنامه دارای ۴۹ گویه چهار گزینه ای (تقریباً هیچ وقت، گاهی اوقات، بیشتر اوقات، و تقریباً همیشه) است که در سال ۱۳۸۸ توسط رضاخانی در مورد دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن تدوین و هنجاریابی شد. راهبردهای کنار آمدن دارای ۳ خرده مقیاس مسأله مدار، هیجان مدار و اجتناب مدار است که هر یک به ترتیب دارای ۱۷، ۲۰ و ۲۱ ماده است. ضریب آلفای کرونباخ در مورد راهبردهای مسأله مدار، ۰/۶۷، هیجان مدار ۰/۷۹، اجتناب مدار ۰/۵۹ و آلفای کرونباخ کل (۴۹ سؤال) ۰/۸۰ گزارش شده است. برای بررسی سازه از تحلیل مؤلفه های اصلی استفاده شد که راهبرد مسأله مدار ۴۲/۴۷، هیجان مدار ۰۷/۵۱ و اجتناب مدار ۴۵/۵۲ درصد واریانس را تبیین می کند.

#### د. پرسشنامه رضایت زناشویی انریچ فرم کوتاه

این پرسشنامه دارای ۴۷ گویه ۵ گزینه ای (کاملاً موافقم، موافقم، نه موافق و نه مخالف، مخالف، کاملاً مخالفم) است. فاور و اولسون<sup>۲</sup> (۱۹۸۹) در پژوهشی به هنجاریابی پرسشنامه انریچ بر روی ۵۰۳۹ زوج پرداختند و میزان آلفای درونی آن را ۰/۹۲ گزارش کرده اند. همچنین روایی سازه آن در مجموع ۶۳ درصد از کل واریانس را تبیین می کند. در ایران برای اولین بار سلیمانیان و نوایی نژاد (۱۳۸۲) همبستگی درونی آزمون را برای فرم بلند ۰/۹۳ و برای فرم کوتاه ۰/۹۵ محاسبه و گزارش کرده اند. ضریب همبستگی پرسشنامه انریچ با مقیاس های رضایت خانوادگی از ۰/۴۱ تا ۰/۶۰، و با مقیاس های رضایت زندگی از ۰/۳۲ تا ۰/۴۱ است که نشانه روایی ملاکی آن است. کلیه خرده مقیاس های پرسشنامه انریچ، زوج های ناسازگار و ناسازگار را متمایز می کنند و این نشان می دهد که این پرسشنامه از روایی افتراقی خوبی برخوردار است (ثنایی،

1. Espinoza, Sanhueza, Ramirez & Saez

2. Fowers & Olson

علاقبند، فلاحتی و هومن، ۱۳۸۷). همچنین کشاورز افشار، اعتمادی، احمدی نوده و سعدی پور (۱۳۹۰) در بررسی اعتبار این مقیاس میزان آلفای کرونباخ ۰/۶۹ تا ۰/۹۷ و میزان همبستگی بین آزمون و آزمون مجدد حداقل ۰/۶۵ و حداکثر ۰/۹۴ را گزارش کرده است.

## ۲-۲- روش اجرا

پس از مراجعه به شهرداری منطقه ۷ تهران و جلب موافقت مسئولان برای انجام پژوهش، پژوهشگر با نظر و هماهنگی مسئولان شهرداری در هر ناحیه و خانه های سلامت از افراد ثبت نام شده برای شرکت در یک جلسه دعوت به عمل آمد. یک جلسه جداگانه برای داوطلبان هر یک از نواحی شهرداری و خانه های سلامت انتخاب شده برای بررسی شرایط ورود به آزمون برگزار شد. پژوهشگر ضمن تشکر از حضور آنان بعد از معرفی خود، در مورد هدف اجرای آزمون و چگونگی پاسخگویی به پرسشنامه توضیحاتی ارائه کرد. از آنان خواسته شد به پرسشنامه ها با صداقت پاسخ بدهند و هیچ سوالی را بدون پاسخ نگذارند. نوشتن نام و نام خانوادگی ضرورتی نداشت. سپس پژوهشگر پرسشنامه ها و پاسخ نامه ها را در اختیار آنان قرار داد و از آنان خواسته شد تا آن ها را تکمیل کنند. پس از پاسخ گویی شرکت کنندگان، ضمن تشکر از همکاری آنان، پرسشنامه ها و پاسخ نامه ها جمع آوری شد. لازم به ذکر است که از بین ۳۰۰ پرسشنامه توزیع شده، ۲۷۰ پرسشنامه (شامل ۱۴۵ زن شاغل و ۱۲۵ زن خانه دار) قابل تصحیح و نمره گذاری بود. چون در پژوهش حاضر افت نمونه از ۵ درصد نمونه پیش بینی شده کمتر است، بنابراین در تعمیم پذیری نتایج پژوهش بی تأثیر خواهد بود (میرز، گامست و گارینو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶، ترجمه شریفی، فرزاد، رضاخانی، حسن آبادی، ایزانلو و حبیبی، ۱۳۹۱).

## ۲-۳- روش تجزیه و تحلیل داده ها

در این پژوهش به منظور توصیف داده ها از شاخص های آمار توصیفی مانند میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. برای آزمون پرسش های پژوهش پس از بررسی نرمال بودن توزیع نمره ها، همگنی واریانس ها برای تجزیه و تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد.

## ۳. یافته ها

جدول ۱. شاخص های آماری نمره های متغیرهای پژوهش در زنان شاغل و غیر شاغل

شاخص آماری متغیر	میانگین		انحراف استاندارد	
	شاغل	خانه دار	شاغل	خانه دار
توجه هیجانی	۳۴/۴۷	۳۶/۲۹	۵/۵۸	۷/۰۹
تمایز هیجانی	۲۹/۵۷	۳۰/۷	۵/۶	۶/۱
بازسازی خلق	۱۵/۳۹	۱۵/۶	۳/۵۷	۶/۰۷
شادکامی	۴۲/۴۶	۳۹/۲۵	۱۰/۷	۱۴/۱۲
راهبرد مسئله مدار	۴۱/۱۸	۴۱/۰۶	۴/۷	۶/۶
راهبرد هیجان مدار	۳۸/۱۷	۳۵/۷	۵/۳۶	۶/۰۷
راهبرد اجتناب مدار	۳۴/۹	۳۴/۰۴	۳/۸۴	۴/۴۷
رضایت زناشویی	۱۲۸/۱۶	۱۲۶/۰۸	۱۶/۹۶	۱۶/۶

اطلاعات مندرج در جدول مربوط به شاخص های آمار توصیفی میانگین و انحراف استاندارد مؤلفه های متغیرهای پژوهش در زنان خانه دار و شاغل است.

### جدول ۲. شاخص ها و آماره های تحلیل رگرسیون

R ضریب همبستگی	مجذور ضریب همبستگی	مجذور ضریب همبستگی اصلاح شده	خطای معیار	دوربین - واتسون
۰/۵۱۴	۰/۲۶۵	۰/۲۵۱	۱۴/۴	۱/۷

اطلاعات مندرج در جدول نشان می دهد که همبستگی بین هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله ای با رضایت زناشویی زنان شاغل و خانه دار ۰/۵۱۴ است. همچنین ۲۶/۵ درصد واریانس رضایت زناشویی توسط هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله ای تبیین می شود. مقدار آماره دوربین - واتسون مفروضه ای است که به بررسی استقلال خطاها می پردازد و هرگاه این آماره بین مقادیر ۱/۵ تا ۲/۵ قرار بگیرد به معنی مستقل بودن خطاها از یکدیگر است. با توجه به اینکه مقدار ۱/۷ است لذا خطاها از یکدیگر مستقل اند.

### جدول ۳. خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون

شاخص آماری منبع	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۷۸/۵	۹/۹۳	-	۷/۹	۰/۰۰۰
هوش هیجانی	۰/۵۸۹	۰/۰۶۴	۰/۴۸۸	۹/۱۵	۰/۰۰۰
شادکامی	۰/۱۷۲	۰/۰۷۲	۰/۱۲۹	۲/۳۸	۰/۰۱۸
راهبردهای مقابله ای	۰/۳۶۸	۰/۱۷۷	۰/۱۲۵	۲/۰۸	۰/۰۳۸

اطلاعات مندرج در جدول نشان می دهد که هوش هیجانی با رضایت زناشویی زنان شاغل و خانه دار ارتباط مستقیم و معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد. همچنین شادکامی با رضایت زناشویی ارتباط مستقیم و معناداری در سطح ۰/۰۵ نشان می دهد. در واقع افزایش شادکامی می تواند رضایت زناشویی را افزایش دهد. در مورد راهبردهای مقابله ای با استرس و ارتباط آن با رضایت زناشویی همانطور که ملاحظه می شود این راهبرد ارتباط مستقیم و معناداری را در سطح ۰/۰۵ نشان می دهد.

بنابراین معادله رگرسیون به این شکل تبیین می شود و ضرایب متغیرها در معادله رگرسیون مؤید همین موضوع است.  
**راهبردهای مقابله ای ۰/۳۶۸ + شادکامی ۰/۱۷۲ + هوش هیجانی ۰/۵۸۹ + مقدار ثابت ۷۸/۵ = رضایت زناشویی**  
 ضرایب رگرسیون نشان می دهد که بیشترین متغیری که می تواند رضایت زناشویی را پیش بینی کند هوش هیجانی با ضریب ۰/۵۸۹ است و پس از آن راهبرد مسئله مدار با ضریب ۰/۳۶۸ و در آخر شادکامی با ضریب ۰/۱۷۲ است. لازم به توضیح به دلیل سهولت در تفسیر نمره رضایت زناشویی به گونه ای نمره گذاری شده است که نمره بالا بیانگر رضایت زناشویی بالاست.



جدول ۴. خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون

شاخص آماری منبع	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۸۰/۵۵	۶/۹		۱۱/۶	۰/۰۰۰
توجه هیجانی	۰/۹۳۹	۰/۲۴۶	۰/۴۱۳	۳/۸	۰/۰۰۰
تمایز هیجانی	۰/۵۷۵	۰/۲۳۹	۰/۲۱۹	۱/۹۵	۰/۰۰۵
بازسازی خلق	-۰/۱۴۱	۰/۵	-۰/۰۳	-۰/۲۸	۰/۷۷۹

اطلاعات مندرج در جدول نشان می‌دهد مؤلفه‌های توجه هیجانی و تمایز هیجانی با رضایت زناشویی زنان خانه‌دار ارتباط مستقیم و معناداری دارد و با بازسازی خلق ارتباط معناداری ندارد. اطلاعات مندرج در جدول نشان می‌دهد که توجه هیجانی بعنوان متغیر پیش‌بین با اطمینان ۹۹ درصد می‌تواند رضایت زناشویی زنان خانه‌دار را پیش‌بینی کند. همچنین مؤلفه تمایز هیجانی با اطمینان ۹۵ درصد می‌تواند رضایت زناشویی زنان خانه‌دار را مورد پیش‌بینی قرار دهد. به عبارتی مؤلفه‌های توجه هیجانی و تمایز هیجانی ارتباط مستقیم و معناداری را با رضایت زناشویی زنان خانه‌دار نشان می‌دهند. بنابراین معادله رگرسیون به این شکل تبیین می‌شود و ضرایب متغیرها در معادله رگرسیون مؤید همین موضوع است.

**تمایز هیجانی ۰/۵۷۵ + توجه هیجانی ۰/۹۳۹ + مقدار ثابت ۸۰/۵۵ = رضایت زناشویی زنان خانه‌دار**

ضرایب رگرسیون نشان می‌دهد که متغیر توجه هیجانی با ۰/۹۳۹ بیش از متغیر تمایز هیجانی ۰/۵۷۵ می‌تواند رضایت زناشویی را پیش‌بینی کند.

جدول ۵. خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون

شاخص آماری منبع	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۸۵/۳	۸/۰۵		۱۰/۵	۰/۰۰۰
توجه هیجانی	-۰/۳۵۹	۰/۳۵۷	-۰/۱۱۸	-۱/۰۴	۰/۳۱۷
تمایز هیجانی	۱/۰۲	۰/۳۰۶	۰/۳۴	۳/۳	۰/۰۰۰
بازسازی خلق	۱/۴۲	۰/۵۱۲	۰/۳	۲/۷	۰/۰۰۶

اطلاعات مندرج در جدول نشان می‌دهد مؤلفه‌های تمایز هیجانی و بازسازی خلق با رضایت زناشویی زنان شاغل ارتباط مستقیم و معناداری دارد و با توجه هیجانی ارتباط معناداری ندارد. اطلاعات مندرج در جدول نشان می‌دهد که تمایز هیجانی بعنوان متغیر پیش‌بین با اطمینان ۹۹ درصد می‌تواند رضایت زناشویی زنان شاغل را پیش‌بینی کند. همچنین مؤلفه بازسازی خلق با اطمینان ۹۹ درصد می‌تواند رضایت زناشویی زنان شاغل مورد پیش‌بینی قرار دهد (به عبارتی مؤلفه‌های تمایز هیجانی و بازسازی خلق ارتباط مستقیم و معناداری را با رضایت زناشویی زنان شاغل نشان می‌دهند). بنابراین معادله رگرسیون به این شکل تبیین می‌شود و ضرایب متغیرها در معادله رگرسیون مؤید همین موضوع است.

**بازسازی خلق ۱/۴۲ + تمایز هیجانی ۱/۰۲ + مقدار ثابت ۸۵/۳ = رضایت زناشویی زنان شاغل**

ضرایب رگرسیون نشان می دهد که متغیر بازسازی خلق با  $1/42$  بیش از متغیر تمایز هیجانی  $1/02$  می تواند رضایت زناشویی شاغل را پیش بینی کند.

جدول ۶. تحلیل واریانس رگرسیون

شاخص آماری منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
اثر رگرسیون	۴۹۷/۷	۱	۴۹۷/۷	۱/۹۴	۰/۱۶۵
باقیمانده	۳۱۱۵۱/۴۷	۱۲۲	۲۵۵/۳۴	-	-
جمع	۳۱۶۴۹/۱۹	۱۲۳	-	-	-

اطلاعات مربوط به نتایج تحلیل واریانس نشان می دهد که ارتباط خطی بین متغیرها در هیچ سطحی معنادار نیست. لذا متغیر شادکامی بعنوان متغیر پیش بین نمی تواند رضایت زناشویی زنان خانه دار را پیش بینی کند.

جدول ۷. خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون

شاخص آماری منبع	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۱۱۳/۹۴	۵/۶	-	۲۰/۰۲	۰/۰۰۰
شادکامی	۰/۲۶۴	۰/۱۳	۰/۱۶۸	۲/۰۳	۰/۰۴۴

اطلاعات مندرج در جدول نشان می دهد مؤلفه شادکامی با رضایت زناشویی زنان شاغل ارتباط مستقیم و معناداری دارد. اطلاعات مندرج در جدول نشان می دهد که شادکامی بعنوان متغیر پیش بین با اطمینان ۹۵ درصد می تواند رضایت زناشویی زنان شاغل را پیش بینی کند. به عبارتی شادکامی ارتباط مستقیم و معناداری را با رضایت زناشویی زنان شاغل نشان می دهند.

بنابراین معادله رگرسیون به این شکل تبیین می شود.

$$\text{شادکامی } 0/264 + \text{مقدار ثابت } 113/94 = \text{رضایت زناشویی زنان شاغل}$$

به عبارتی بین شادکامی و رضایت زناشویی ارتباط مستقیمی وجود دارد.

جدول ۸. تحلیل واریانس رگرسیون

شاخص آماری منبع	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
اثر رگرسیون	۵۶۸/۴۴	۳	۱۸۹/۴۸	۰/۶۵۴	۰/۵۸۲
باقیمانده	۴۰۸۷۳/۵۸	۱۴۱	۲۸۹/۸۸	-	-
جمع	۴۱۴۴۲/۰۱	۱۴۴	-	-	-

اطلاعات مربوط به نتایج تحلیل واریانس نشان می دهد که ارتباط خطی بین متغیرها در هیچ سطحی معنادار نیست. یعنی راهبردهای مقابله ای و رضایت زناشویی زنان خانه دار در هیچ سطحی ارتباط معناداری مشاهده نمی شود.

جدول ۹. خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون

شاخص آماری منبع	ضریب رگرسیون	خطای معیار	ضریب استاندارد رگرسیون	T	سطح معناداری
مقدار ثابت	۱۱۷/۷۸	۱۲/۹۳	-	۹/۱	۰/۰۰۰
هیجان مدار	-۰/۳۵۵	۰/۲۴۴	-۰/۱۳۵	-۱/۴۵	۰/۱۴۸
مسئله مدار	۰/۶۲۷	۰/۲۳۵	۰/۲۵۹	۲/۶۶	۰/۰۰۹
اجتناب مدار	-۰/۰۲۲	۰/۳۵	-۰/۰۰۶	۰/۰۶۲	۰/۹۵

اطلاعات مندرج در جدول نشان می دهد که راهبرد مسئله مدار با رضایت زناشویی زنان شاغل در سطح ۰/۰۱ ارتباط معنادار دارد. لذا راهبرد مسئله مدار بعنوان متغیر پیش بین می تواند رضایت زناشویی زنان شاغل را مورد پیش بینی قرار دهد. در حالی که راهبردهای هیجان مدار و اجتنابی با رضایت زناشویی ارتباط معناداری را نشان نمی دهد. لذا معادله رگرسیون به این ترتیب تشکیل می شود.

$$\text{مسئله مدار } ۰/۶۲۷ + \text{مقدار ثابت } ۱۱۷/۷۸ = \text{رضایت زناشویی زنان شاغل}$$

#### ۴. بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی سهم هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله ای در پیش بینی رضایت زناشویی زنان خانه دار و شاغل منطقه ۷ شهر تهران انجام شد. بر این اساس نتایج تجزیه و تحلیل جدول ۲ نشان دهنده رابطه معنادار هوش هیجانی، شادکامی و راهبردهای مقابله ای با رضایت زناشویی زنان شاغل و خانه دار است. با توجه به اینکه هوش هیجانی به عنوان متغیر پیش بین با ضریب  $\beta = ۰/۵۸۹$  بیش از متغیرهای پیش بین شادکامی با ضریب  $\beta = ۰/۱۷۲$  و راهبردهای مقابله ای با ضریب  $\beta = ۰/۳۶۸$  است. لذا هوش هیجانی تأثیر بیشتری بر رضایت زناشویی دارد. این یافته را می توان به نوعی با یافته های بریکر<sup>۱</sup> (۲۰۰۵)، کمپل، سیمپسون، بلدری و کشی<sup>۲</sup> (۲۰۰۵)، ریر و ولینگ<sup>۳</sup> (۲۰۰۵)، وایت و لوین<sup>۴</sup> (۲۰۰۸)، به نقل از ترابی، (۱۳۸۹)، لاولکر، کالکمی و جکتاپ<sup>۵</sup> (۲۰۱۰)، داویس و هومفری<sup>۶</sup> (۲۰۱۲)، زیدنر و کلودا<sup>۷</sup> (۲۰۱۳)، نیکولا<sup>۸</sup> (۲۰۱۳) و مارچوشویل و ادزیلاری<sup>۹</sup> (۲۰۱۴) همسو دانست. بر اساس مبانی نظری این پژوهش، در رضایت زناشویی عوامل متعددی دخالت دارد. اما در تبیین این یافته شاید بتوان به نقش قابل توجه هوش هیجانی نسبت به دو متغیر دیگر اشاره کرد. بر اساس مدل هوش بار-ان افراد دارای هوش هیجانی بالا از ویژگی هایی مانند همدلی،

- 1.Bricker
- 2.Campbell, Simpson, Boldry & Kashy
- 3.Rauer & Volling
- 4.Waite & Lewin
- 5.Lavalekar, Kulkarni & Jagtap
- 6.Davis & Humphrey
- 7.Zeidner & Kloda
- 8.Nikolaou
- 9.Martskvishvili & Udzilauri

ارتباطات بین فردی، خوش بینی، عزت نفس بالا، استقلال، انعطاف پذیری و مهارت های حل مسأله و احساس شادی برخوردارند. بنابراین مهارت بالایی در ایجاد روابط سالم با دیگران دارند و از سرمایه اجتماعی بیشتری برخوردارند. از سوی دیگر، به نظر می رسد این افراد به دلیل دارا بودن ویژگی های خوش بینی، استقلال و مدیریت استرس می توانند از مهارت های خود استفاده کنند و از موقعیت های مختلف زندگی، خلاقانه عمل کنند و رفتار هوشمندانه تری داشته باشند. به احتمال زیاد افرادی که می دانند چگونه می توانند با مسائل و موقعیت های تنش زا روبرو شوند و راهبردهای مقابله ای مناسبی را به کار بگیرند، احساس شادکامی بیشتر و در نتیجه رضایت زناشویی بیشتری را تجربه می کنند.

نتایج تجزیه و تحلیل جدول ۴ نشان می دهد که رابطه معنادار و مثبت بین مؤلفه های توجه هیجانی و تمایز هیجانی با رضایت زناشویی زنان خانه دار مورد مطالعه وجود دارد. سهم متغیر توجه هیجانی ( $\beta = ۰/۵۸۹$ ) بیش از تمایز هیجانی ( $\beta = ۰/۵۷۵$ ) است. این یافته با یافته های سلیمانیان و محمدی (۱۳۸۸)، بریکر (۲۰۰۵)، لاولکر، کالکمی و جکتاپ (۲۰۱۰)، زیدنر و کلودا (۲۰۱۳) و مارچوشویل و اذیلاری<sup>۱</sup> (۲۰۱۴) به نوعی همسویی دارد. به احتمال در تبیین این یافته بتوان به الگوی توانایی ذهنی هوش هیجانی مایر و سالووی مبنی بر اینکه هوش هیجانی مدیریت هیجان هاست، اشاره کرد. به عبارت دیگر شاید زنان خانه دار به دلیل فرصت بیشتر برای فکر کردن، بتوانند به هیجان ها و احساساتشان بیشتر توجه کنند و بین آن ها تمایز قایل شوند و در جای خود این هیجان ها را به صورت مناسب نشان دهند، اما شاید به دلیل فرهنگی و قرار گرفتن در محیط نه چندان مناسب، گاهی اوقات محرک های حسی لازم برای به کارگیری ظرفیت و استعدادهای متفاوت ایجاد نشود و زمینه یادگیری های جدیدی فراهم نشود. بنابراین نتوانند خلق خود را بازسازی کنند. این افراد ممکن است کمتر بتوانند به تجزیه و تحلیل و چگونگی و چرایی هیجان ها و شرایط مختلف بپردازند. نظر بر این در محیط می تواند دلیلی برای این تبیین باشد.

تجزیه و تحلیل جدول ۵ نشان می دهد که رابطه معنادار و مثبت بین مؤلفه های تمایز هیجانی و بازسازی خلق با رضایت زناشویی زنان شاغل مورد مطالعه وجود دارد. سهم متغیر بازسازی خلق ( $\beta = ۱/۴۲$ ) بیش از تمایز هیجانی ( $\beta = ۱/۰۲$ ) است. این یافته با یافته های سلیمانیان و محمدی (۱۳۸۸)، بریکر (۲۰۰۵) و زیدنر و کلودا (۲۰۱۳) و نیکولا<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) همسویی دارد. به احتمال در تبیین این یافته بتوان گفت زنان شاغل نسبت به زنان خانه دار با مسایل بیشتری مواجه هستند. یعنی علاوه بر دغدغه های روزمره زندگی، با مسایل شغلی، ارتباطات گسترده تر و مسئولیت های بیشتر روبرو هستند. این عوامل ممکن است موجب شود نسبت به هیجان ها توجه کمتری نشان دهند و نسبت به تجربه ها بازتر عمل کنند و توانایی بیشتری در کنترل و روش های بروز آن داشته باشند. زنان شاغل به دلیل روابط اجتماعی گسترده تر و مسئولیت های شغلی ممکن است بیشتر بتوانند به بررسی رفتار خود بپردازند و از پیامدهای آن آگاه شوند. بنابراین علاوه بر کنترل هیجان های خود راحت تر خلق خود را بازسازی کنند.

نتایج تجزیه و تحلیل جدول ۶ نشان داد که بین میزان شادکامی و رضایت زناشویی زنان خانه دار مورد مطالعه هیچ گونه رابطه معنی داری وجود ندارد. سهم متغیر شادکامی به عنوان متغیر پیش بین ضریب آن  $\beta = ۰/۱۲۵$  است. از این رو، نمی توان از روی میزان شادکامی این زنان، رضایت زناشویی آنان را پیش بینی کرد. این یافته با یافته های وایت و لوین (۲۰۰۸)، به نقل از تراپی، (۱۳۸۹) همسو است. همچنین نتیجه تجزیه و تحلیل جدول ۷ نشان می دهد که بین مؤلفه

1.Martskvishvili & Udzilauri

2.Nikolaou

شادکامی و رضایت زناشویی زنان شاغل مورد مطالعه رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد. این یافته با یافته‌های ریر و ولینگ (۲۰۰۵) و بوانس و ایپکوج<sup>۱</sup> (۲۰۰۵، به نقل از بوستانی پور، ۱۳۸۶) همسویی دارد.

در تبیین دو یافته اخیر به نظر آرگایل (۲۰۰۱) و داینر (۲۰۰۲) اشاره می‌شود آنان معتقدند خوش بینی، عزت نفس، برخورداری از روابط اجتماعی بیشتر، شانس بیشتر برای کمک به دیگران، می‌تواند در شادی تأثیر داشته باشند. همچنین شادکامی با برونگرایی رابطه مثبتی دارد. اگر بتوان اشتغال را نشانه‌ای از برونگرایی دانست شاید بتوان این یافته را تبیین کرد. از سوی دیگر، با توجه به اینکه برخی از پژوهش‌ها نشان داده‌اند اشتغال موجب افزایش عزت نفس در رضایت زناشویی می‌شود (شعرباف و حسینیان، ۱۳۷۹ و مانی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴) می‌توان گفت عزت نفس به فرد کمک می‌کند تا نسبت به قابلیت‌ها و کارآمدی خود اطمینان بیشتری داشته باشند. بنابراین فرد شاغل، خود را در جنبه‌های مختلف زندگی کارآمدتر می‌بیند. اما عزت نفس پایین موجب می‌شود فرد احساس کند از عهده مشکلات بر نمی‌آید، احساس ناکارآمدی و ناکامی خواهد داشت و در نتیجه شادی کمتری را تجربه می‌کند. با توجه به اینکه به نظر می‌رسد در برخی از این عوامل، زنان شاغل امکان بیشتری را نسبت به زنان خانه‌دار دارند این یافته‌ها دور از ذهن به نظر نمی‌رسند. اما یافته این پژوهش با یافته پژوهش برادی، فینچام و بیچ<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) مغایر است که دلیل احتمالی آن را می‌توان به جامعه آماری و فرهنگ متفاوت گروه‌های نمونه مربوط دانست.

نتیجه تجزیه و تحلیل جدول ۸ نشان می‌دهد که بین مؤلفه‌های راهبردهای مقابله‌ای و رضایت زناشویی زنان خانه‌دار در هیچ سطحی ارتباط معناداری وجود ندارد. این یافته با یافته‌های بومن<sup>۴</sup> (۱۹۹۰، به نقل از بشارت، تاشک و رضازاده، ۱۳۸۵) مبنی بر اینکه بین سبک مقابله مسئله‌مدار با رضایت زناشویی رابطه مثبت وجود دارد، به نوعی همسویی ندارد. همچنین یافته‌های این پژوهش از تجزیه و تحلیل جدول ۹ نشان داد که می‌توان از طریق راهبرد مسئله‌مدار رضایت زناشویی زنان شاغل مورد مطالعه را پیش‌بینی کرد. این یافته‌ها با یافته‌های بومن (۱۹۹۰، به نقل از بشارت و همکاران، ۱۳۸۵)، کمپل، سیمپسون، بلدری و کشی (۲۰۰۵) و داویس و هومفری (۲۰۱۲) همسو است.

دلیل احتمالی دو یافته اخیر را می‌توان به یادگیری و مسایل زندگی مربوط دانست. به نظر می‌رسد تعدادی از زنان به ویژه زنان خانه‌دار بیشتر تمایل دارند حل مسایل را به همسرانشان محول کنند یا همسرانشان از آنان چنین خواسته و توقعی را دارند. در نتیجه این زنان سعی می‌کنند از موقعیت تنش‌زا دوری کنند یا به دلیل استفاده نکردن از توانمندی‌های خود در مواجهه با مسایل مختلف احساس ناکارآمدی دارند. در مقابل، زنان شاغل به دلیل قرار گرفتن در موقعیت‌های مختلف کاری و زندگی، گاهی ناگزیر از حل سریع مسایل هستند بنابراین علاوه بر اینکه یاد می‌گیرند از توانمندی خود بیشترین استفاده را داشته باشند، با اعتماد بیشتر به خودشان در پی کسب اطلاعات و پیامدهای احتمالی موقعیت‌های مختلف بر می‌آیند. فعالیت‌هایشان را اولویت بندی می‌کنند و می‌توانند با انتخاب راه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار، احساس توانمندی را در خود افزایش دهند، و این امر می‌تواند به افزایش رضایت زناشویی منجر شود.

### پیشنهادها

- به پژوهشگران آینده توصیه می‌شود متغیرهای این پژوهش را در مورد افراد دیگر جامعه در نمونه‌ای با حجم بیشتر انجام دهند تا نتایج دارای تعمیم‌پذیری بیشتری باشد.

1. Bowans & Ipecoch

2. Mani

3. Brady, Fincham & Beach

4. Bauman

- به پژوهشگران آینده توصیه می شود متغیرهای این پژوهش را بر روی زوج ها انجام دهند تا بتوان رضایت زناشویی آن ها را با هم مقایسه کرد.

## منابع

- آرگایل، م. (۱۹۸۷). روانشناسی شادی. ترجمه مسعود گوهری انارکی، حمیدطاهر نشاط دوست، حسن پالاهنگ و فاطمه بهرامی (۱۳۸۶). اصفهان: انتشارات جهاد دانشگاهی.
- اشرفی، ه. (۱۳۹۰). بررسی نقش ابعاد شخصیت و هوش هیجانی در پیش‌بینی تمایزیافتگی زوج‌های استان اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه خوارزمی تهران.
- اکبرزاده، ن. (۱۳۸۳). هوش هیجانی. تهران: انتشارات فارابی.
- بشارت، م. ع؛ تاشک، آ و رضازاده، م. (۱۳۸۵). تبیین رضایت زناشویی و سلامت روانی برحسب سبک‌های مقابله. فصلنامه روانشناسی معاصر بهار. ۱(۱)، ۴۸-۵۶.
- بوستانی پور، ع. ر. (۱۳۸۶). بررسی تأثیر زوج‌درمانی سیستمی - رفتاری بر تعارضات زناشویی زوج‌های هر دو شاغل. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه تربیت معلم تهران.
- ترابی، م. (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی آموزش شادمانی فوردایس-اصفهان بر کاهش افسردگی پرستاران شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره مؤسسه آموزش عالی خاتم.
- ثنایی‌ذاکر، ب. (۱۳۸۸). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- خدایاری فرد، م و پرند، ا. (۱۳۸۶). استرس و روش‌های مقابله با آن. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- رضاخانی، س. (۱۳۸۸). ساخت و هنجاریابی پرسشنامه سنجش فشار روانی و مقیاس‌های نحوه کنار آمدن با آن‌ها در موقعیت‌های مختلف زندگی برای دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن. پایان‌نامه دکتری مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران.
- سلیمانیان، ع. ا. (۱۳۷۶). بررسی تأثیر تفکرات غیرمنطقی بر نارضایتی زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره دانشگاه خوارزمی تهران.
- سلیمانیان، ع. ا و محمدی، ا. (۱۳۸۸). رابطه بین هوش هیجانی و رضایت زناشویی. فصلنامه پژوهشنامه تربیتی، ۵(۱۹): ۱۵۰-۱۳۱.
- شهرباف، ر و حسینیان، س. (۱۳۷۹). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی زنان متأهل شاغل و خانه‌دار شهرستان مشهد و ارتباط این ویژگی‌ها با رضامندی زناشویی. مجله تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره. ۲(۵ و ۶): ۷۳-۸۹.
- علی‌پور، ا و نوربالا، ا. ع. (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران. نشریه روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران. ۱۷ و ۱۸: ۶۵-۵۵.
- کار، آ. (۱۹۵۷). روانشناسی مثبت: علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان. ترجمه حسن پاشا شریفی، جعفر نجفی زند؛ با همکاری باقر ثنایی (۱۳۸۵). تهران: انتشارات سخن.
- کشاورز افشار، ح؛ اعتمادی، ا؛ احمدی نوده، خ و سعدی پور، ا. (۱۳۹۰). مقایسه اثربخشی الگوی مبتنی بر تحلیل سازه‌های شخصی با درمان هیجان‌مدار بر رضایت زناشویی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده. ۳(۴): ۶۳۹-۶۱۳.
- میرز، ل؛ گلن، گ و گارینو، ج. (۲۰۰۶). پژوهش‌های چند متغیری کاربردی. ترجمه شریفی، حسن پاشا؛ فرزاد، ولی‌الله؛ رضاخانی، سیمین دخت؛ حسن آبادی، حمیدرضا؛ ایزانلو، بلال و حبیبی، مجتبی (۱۳۹۱). تهران: انتشارات رشد.

- **میرشاه جعفری، ا؛ عابدی، م و دریکوندی، ه.** (۱۳۸۱). شادمانی و عوامل مؤثر بر آن. مجله تازه های علوم شناختی. ۴(۳): ۵۸-۵۱.
- **نشاط دوست، ح؛ مهرابی، ح. ع؛ کلاتری، م؛ پالانگ، ح و سلطانی، ن.** (۱۳۸۶). تعیین عوامل مؤثر بر شادکامی همسران کارکنان شرکت فولاد مبارکه. فصلنامه خانواده پژوهی. ۳(۱۱): ۶۸۱-۶۶۹.
- **نورعلی، ز و عابدین، ع. ر.** (۱۳۹۰). مقایسه متغیرهای هوش هیجانی و راهبردهای مقابله ای در موفقیت و عدم موفقیت در آزمون سراسری. فصلنامه مطالعات روانشناسی تربیتی. ۱۱: ۱۲۴-۱۰۹.
- **یزدانی، ف.** (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک مقابله ای و شادکامی در دختران و پسران اصفهان در سال تحصیلی ۸۱-۸۲. فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی. ۵(۱): ۴۹-۲۹.
- **Berscheid, E & Regan, P. (2005).** The psychology of interpersonal relationships. Mahwah, NJ: Prentice-Hall.
- **Bradbury, T.N. Fincham, F.D & Beach, S.R.H. (2000).** Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. Journal of marriage and Family. 62(4): 964-980.
- **Bricker, D. (2005).** The link between marital satisfaction and emotional intelligence. University of Johannesburg. From www.handle. Net. Retrieved in 2014, DEC. 20.
- **Campbell, L. Simpson, J. A. Boldry, J. & Kashy, D. A. (2005).** Perceptions of conflict and support in romantic relationships: The role of attachment anxiety. Journal of Personality and Social Psychology. 88 (3), 510-531.
- **Davis, S. & Humphrey, N. (2012).** The Influence of Emotional Intelligence (EI) on Coping and Mental Health: Divergent roles for trait and ability EI. Journal of Adolescence. 35(5): 1369-1379.
- **Espinoza, M. Sanhueza, O. Ramirez, N. & Saez, K. (2015).** A validation of the construct and reliability of an emotional intelligence scale applied to nursing students. From www.ncbi.nlm.nih.gov. Retrieved in 2015, APR. 7.
- **Extremera, N & Fernandez, P. (2005).** Perceived emotional Intelligence and life satisfaction: Predictive and incremental validity using the trait meta- mood scale. Personality and Individual Differences. 39(1): 937-948.
- **Fam, J. (2007).** The role of intuitive judgments in predicting marital satisfaction, quality, and stability. Medline PubMed. 18(1):58-71.
- **Fincham, F, D. Hall, J & Beach, R, S. (2006).** Forgiveness in Marriage: Current Status and Future Directions. Journal of Family Relations. 55, 415-427.
- **Fowers, B, J & Olson, D, H. (1989).** ENRICH Marital Inventory: A Discriminant Validity and Cross-Validity Assessment. Journal of Marital and Family Therapy. 15(1):65-79.
- **Hills, P. & Argyle, M. (2002).** The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. Journal of Personality and Individual Differences. 33: 1073-1082.
- **Lavalekar A, Kulkarni P, Jagtap, P. (2010).** Emotional intelligence and marital satisfaction. Journal of Psychoses Res. (5): 185-194.
- **Lazarus R. S, Folkman, S (1984).** Stress, Appraisal, and Coping strategies .New York: Springer Pub. Co., c1984.
- **Mani, H. (2004).** Brief Report Social Self Concept of Educated Unemployed Women. Journal of Social Psychiatry. 44: 71-74.
- **Martskvishvili, K & Udzilauri, N. (2014).** When it comes to Happiness: the Relationship of Emotional Self-efficacy and Coping with Marital Satisfaction. From www.ehps.net. Retrieved in 2016, JAN. 1.
- **Nikolaou, D. (2013).** Essays on No cognitive Skills. From www .ohiolink.edu. Com. Retrieved in 2016, JAN. 1.



- **Rauer, A. J. & Volling, B. (2005).** The role of husbands' and wives' emotional expressivity in the marital relationship sex roles. *Journal of Sex roles.* (52): 577-587.
- **Ryan, R. M. Deci, E. L. (2001).** To be happy or to be self-fulfilled: A review of research on hedonic and eudemonic well-being. *Annual Review of psychology.* 52,141-166.
- **Shamsaei, M. Karimi, Y. Jadidi, M. & Nikkhah, H. (2007).** Homophony: its correlations with the big five factor of personality, gender and marital status. *Journal of applied psychology.* 1(9): 67-83.
- **Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009).** The Paradox of Declining Female Happiness. *American Economic Journal.* 1, 190-225.
- **Waite, L. Luo, Y. & Lewin, A. (2008).** Marital happiness and marital stability: Consequences for psychological well-being. *Journal of Social Science Research.* 38(1):201-212.
- **Wilcox, W. B. & Nock, S. L. (2006).** Commitment to Marriage, Emotional Engagement Key to Wives Happiness. From [www.physorg.com](http://www.physorg.com). Retrieved in 2014, Dec. 24.
- **Zeidner, M. & Kloda, I. (2013).** Emotional intelligence (EI), conflict resolution patterns, and relationship satisfaction: Actor and partner effects revisited. *Journal Personality and Individual Differences.* 54(2): 278–283.